



- 〈年間給食目標〉 おいしく楽しい給食  
(なんでも食べる子・楽しく食べる子)
- 〈9月の給食目標〉 元気に遊んでいっぱい食べよう

9月のおたよりのテーマ

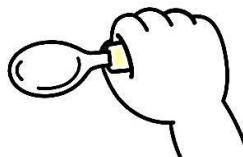
## おはしを正しく持とう

毎月19日は食育・共食の日

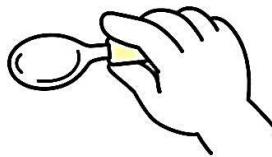
## おはしを使うまでの道のり！

1歳

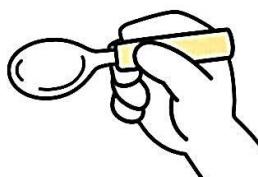
手のひら握り



手指握り



ペンホルダー  
(えんぴつ持ち)



3歳ごろ

スプーンやフォークを使って吃るのは小さいお子さんにとっては意外と難しいものです。

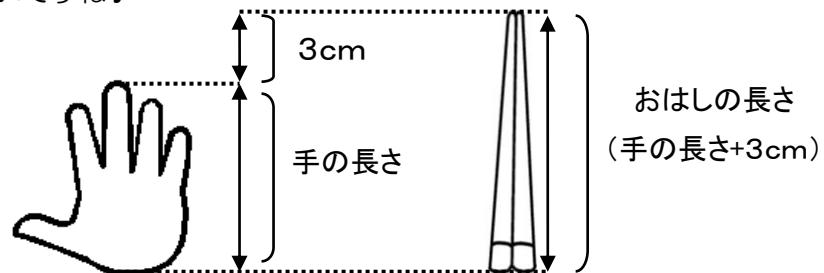
1歳頃でまだ上手に持てない時にサポートをしそうにマナーを教えすぎると自分で食べなくなってしまう事もあります。まずは上手にスプーンやフォークを使って食べられるようになったら正しい持ち方を教えるようにしましょう。

スプーンが鉛筆のように持てるようにならお箸へチャレンジしても良いですね。一般的には3歳を過ぎた頃がお箸を使い始める時期と言われています。

## おはしを選ぼう！

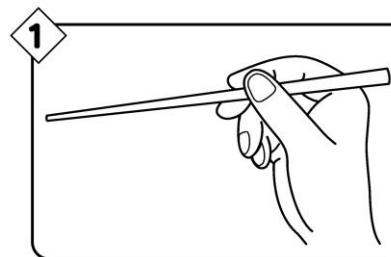
お箸が上手に持てないのは、お箸の長さが合っていないこともあります。お箸の長さは『手首から中指までの長さ+3cm』が目安です。

お子さんと一緒にお箸を選びに行き、長さを確認しながら好きなお箸を選ぶのも良いですね♪

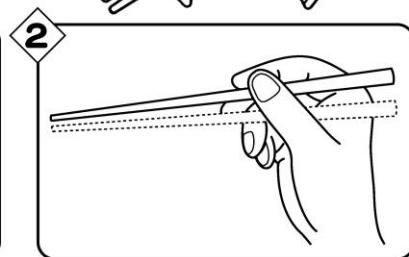


大人がお手本を見せるのも大切です！

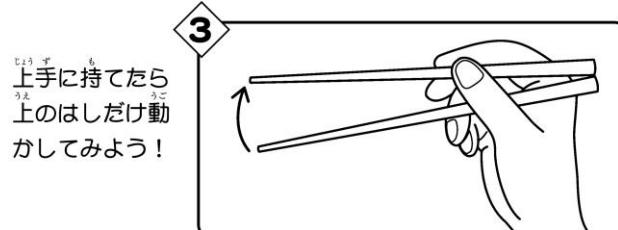
## はしの持ち方 レッスン！



えんぴつを持つように1本を持つ。



点線の部分にもう1本を入れる。

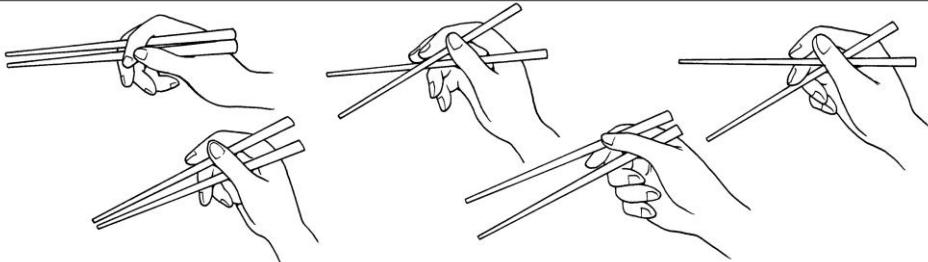


上手に持てたら  
上のはしだけ動  
かしてみよう！



# おはしの正しいマナーを知ろう！

## こんな持ち方していませんか？ NG集



このような持ち方では、食べ物をこぼしてしまったり、上手にはさめないため、見苦しい食べ方になってしまいます。注意しましょう！



## はしごかいのタブー

こんなつかい方はマナー違反だ



日本人の食事作法は、「箸に始まり箸に終わる」というほど重要なため、箸使いのマナーを覚えることも大切です。このような箸使いをしていたら、さりげなく指摘をしてあげましょう。

日頃から大人も正しいマナーを意識することも大切ですね。

## 給食メニューのレシピ紹介

### 安倍川マカロニ（4人分）

#### 〈材料〉

マカロニ	40g
きな粉	大さじ2
砂糖	大さじ2
塩	少々

#### 〈作り方〉

- マカロニを好みのかたさに茹でる。
- きな粉、砂糖、塩を合わせておく。
- 茹でたマカロニに②をまぶす。

☆☆茹でてまぶすだけ！簡単においしいおやつができます☆☆

園の給食では季節の食材を使ったメニュー、季節の行事に合わせたメニューを取り入れており、子ども達も楽しみにしています♪

秋はお芋やきのこを使った献立も多く予定しています。子ども達に季節の移り変わりを感じてもらえるよう給食も工夫していきます。